



Senior w Centrum
centrum aktywności seniorów

Centrum Aktywności Seniorów Senior w Centrum

ul. Berka Joselewicza 28, Kraków
(wejście od drugiej strony budynku)

tel. 12 265 65 53

email: cas.seniorwcentrum@gmail.com

strona internetowa: www.seniorwcentrum.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00 - 14:00
wtorek	10:00 - 14:00
środa	10:00 - 14:00
czwartek	10:00 - 14:00
piątek	10:00 - 14:00



OBOWIAZUJE OD 16.04.2019

Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2019

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
poniedziałek	19:00 - 20:00	język angielski prowadzący: Joel Paisley	Dnia 08.04 zajęcia odwołane na prośbę uczestników.
wtorek	9:30 - 10:30	j. angielski grupa: beginner prowadzący: Paulina Zaleśna	Zajęcia z dnia 02.04 zostają przełożone na piątek 05.04 na godz. 10:00 Dnia 30.04 zajęcia odbędą się o godz. 10:00 w kawiarni w Cricotece. Po zajęciach będzie możliwość odwiedzenia wystawy Sarkis-Kantor
	11:00 - 12:00	j. angielski grupa: preintermediate prowadzący: Paulina Zaleśna	Zajęcia z dnia 02.04 zostają przełożone na piątek 05.04 na godz. 12:00 Dnia 30.04 zajęcia odbędą się o godz. 11:00 w kawiarni w Cricotece. Zajęcia rozpoczną się od odwiedzenia wystawy Sarkis-Kantor.
	10:00 - 11:00	j. angielski grupa: preintermediate prowadzący: Robin Schep	09.04 zajęcia przełożone na godzinę 12:00 Dnia 30.04 zajęcia odbędą się w godz. 10:00-12:00 w kawiarni w Cricotece. W drugiej części zajęć odwiedzą Państwo wystawę Sarkis-Kantor
	11:00 - 12:00	j. angielski grupa: intermediate prowadzący: Robin Schep	Dnia 30.04 zajęcia odbędą się w godz. 10:00-12:00 w kawiarni w Cricotece. W drugiej części zajęć odwiedzą Państwo wystawę Sarkis-Kantor



DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
środa	10:30 - 11:30	Trening umysłu	Dnia 10.04. zajęcia wyjątkowo o godz. 10:00 17.04 odbędą się ostatnie zajęcia z cyklu "Trening umysłu"
	10:30 - 11:30	gadżety, pomoc czy frustracja	Pomoc w obsłudze telefonów, tabletów, komputerów i in. urządzeń elektronicznych.
	12:00 - 13:00	gimnastyka prowadzący: Agnieszka Jastrzevska	
	13:00 - 14:00	gimnastyka prowadzący: Agnieszka Jastrzevska	
	12:30 - 14:30	kawiarenka	
czwartek	10:00 - 14:00	gramy, gramy, gramy	gry planszowe i stolikowe
	12:00 - 13:00	gimnastyka prowadzący: Dobrochna Oleszek	
	12:30 - 14:30	kawiarenka	
piątek	11:00 - 12:00	j.angielski prowadzący: P. Zaleśna	Dnia 19.04 zajęcia odwołane na prośbę uczestników.



Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2019

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
08.04.2019 poniedziałek	18:00 - 19:00	Koncert pod Gruszką Klub Dziennikarzy Pod Gruszką ul.Szczepańska 1	„Kobiety które kochały życie” Ada Sari - Anna Wunder - sopran oraz gość specjalny - Michał Błocki - tenor Osoby chętne do wzięcia udziału w koncercie prosimy o zapisywanie się w biurze CAS. Ilość miejsc ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.
10.04.2019 środa	11:00 - 12:00	Bezpieczna seniorka Bezpieczny senior <i>Jak nie dać się oszukać i nie zdradzać swoich danych osobowych</i>	Spotkanie organizowane we współpracy z PAL Stare Podgórze/Zabłocie oraz ze Strażą Miejską Miasta Krakowa
26.04.2019 piątek	11:00 - 12:00	Bezpłatne porady prawne	
30.04.2019 wtorek	15:00 - 16:30	Wyjście do Cricoteki: Kolaże o pokoju dzieciństwa <i>Warsztat jest zaproszeniem do twórczego działania wokół tematu wspomnień z dzieciństwa.</i>	Uczestników zajęć bardzo prosimy o przyniesienie ze sobą zdjęć, przedmiotów, rysunków i innych materiałów, które przywołują ich wspomnienia z dzieciństwa. Prowadzenie: Barbara Pasterak

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.